



DIGITALE Onlife

PREGHIERA

Ti suggeriamo tre modalità diverse di preghiera:

1. il digitale come strumento di preghiera;
2. preghiera intergenerazionale: è bello sperimentare che ognuno ha il proprio modo di pregare;
3. un momento di preghiera più disteso



PREGHIERA CONDIVISA

Dopo aver letto il brano del Vangelo del giorno, chiedi a ogni giovane di scrivere una preghiera spontanea sul gruppo WhatsApp; qualcuno può riprendere un versetto del Vangelo appena letto che risuona particolarmente in quel momento, qualcun altro può proporre un'intenzione di preghiera, o ancora proporre una preghiera di ringraziamento.

Ciò che comparirà pian piano sullo schermo del telefono sarà la preghiera condivisa del gruppo.

In alternativa, con Padlet si può vivere la stessa modalità in modo anonimo. In questo modo lo stile diverso del singolo, la giornata unica che ciascuno ha vissuto fino a quel momento entrano nella preghiera di tutti.



PREGHIERA INTERGENERAZIONALE

Con un po' di anticipo chiedi a diverse persone della comunità di scrivere una preghiera per un giovane. Un anziano magari scrive qualche riga su un foglio o regala un santino, un bambino probabilmente scrive una preghiera più semplice magari unita a un disegno, un giovanissimo/adulto scrive una preghiera e la invia su WhatsApp.

Durante l'incontro di gruppo, dopo aver letto il Vangelo del giorno, ad ogni giovane viene trasmessa, regalata, donata, la preghiera di qualcun altro.



UN BRANO DA LEGGERE di Alessandro Baricco

«Sai cos'è bello qui? Guarda: noi camminiamo, lasciamo tutte quelle orme sulla sabbia, e loro restano lì, precise, ordinate. Ma domani, ti alzerai, guarderai questa grande spiaggia e non ci sarà più nulla, un'orma, un segno qualsiasi, niente. Il mare cancella, di notte. La marea nasconde. È come se non fosse mai passato nessuno. È come se noi non fossimo mai esistiti. Se c'è un luogo, al mondo, in cui puoi pensare di essere nulla, quel luogo è qui. Non è più terra, non è ancora mare. Non è vita falsa, non è vita vera. È tempo. Tempo che passa e basta».

SOFFIO



PAROLA: Dal libro della Genesi (Gn 1,1-10)

In principio Dio creò il cielo e la terra.

Ora la terra era informe e deserta e le tenebre ricoprivano l'abisso e lo spirito di Dio aleggiava sulle acque.

Dio disse: «Sia la luce!». E la luce fu. Dio vide che la luce era cosa buona e separò la luce dalle tenebre e chiamò la luce giorno e le tenebre notte. E fu sera e fu mattina: primo giorno.

Dio disse: «Sia il firmamento in mezzo alle acque per separare le acque dalle acque». Dio fece il firmamento e separò le acque, che sono sotto il firmamento, dalle acque, che sono sopra il firmamento. E così avvenne. Dio chiamò il firmamento cielo. E fu sera e fu mattina: secondo giorno.

Dio disse: «Le acque che sono sotto il cielo, si raccolgano in un solo luogo e appaia l'asciutto». E così avvenne.

Dio chiamò l'asciutto terra e la massa delle acque mare. E Dio vide che era cosa buona.

*Mi riscopro parte della grande storia del Mondo:
anche io sono da sempre pensato, desiderato e amato da Dio.
Poi scrivo il mio nome su un post-it a indicare la mia unicità e originalità e,
pronunciando il mio nome a voce alta,
lo incollo su una vela.
Anche la mia vita è chiamata a prendere il largo...*



PREGHIERA

Prendi il largo
È il grande atto d'amore
che Dio ti chiede,
cerca uno spazio più ampio
e più adatto al cuore.

Prendi il largo
e apriti come il fiore rosso del melograno,
grida invece di seppellire vivi i tuoi gemiti

Prendi il largo,
le parole sono tutte le direzioni
e tutto il tempo,
le azioni sono una sola direzione e un istante.

Prendi il largo,
mentre lentamente il mare solleva le onde,
non aver paura di ciò che cambia
e di ascoltare ciò di cui il vento parla.

SAPIENZA



PAROLA: Dal Vangelo secondo Luca (Lc 5,1-3)

Un giorno, mentre, levato in piedi, stava presso il lago di Genèsaret e la folla gli faceva ressa intorno per ascoltare la parola di Dio, vide due barche ormeggiate alla sponda.

I pescatori erano scesi e lavavano le reti.

Salì in una barca, che era di Simone, e lo pregò di scostarsi un poco da terra. Sedutosi, si mise ad ammaestrare le folle dalla barca.



UN BRANO DA LEGGERE

Letture: Sulla riva del mare, l'uomo contempla l'oceano infinito delle acque, ma non può scorgerne la fine e non ne vede che una parte.

Così, chi è stato giudicato degno di contemplare l'oceano infinito della gloria di Dio e di percepirlo in maniera intelligibile, non lo vede grande come è, ma grande come è possibile vederlo con gli occhi dell'anima.

Chi si trova sulla riva del mare, non contento di guardarlo, può entrare nelle sue onde fin dove vuole. Sulla riva del mare, finché si rimane fuori dall'acqua, si abbraccia con lo sguardo tutta la distesa dell'oceano; ma quando si comincia ad entrare nell'acqua e ci si immerge in essa, si perde di vista quello che sta fuori.

Chi è entrato nell'acqua fino alle ginocchia o fino alla vita vede molto bene ciò che è fuori dall'acqua; ma se si immerge completamente, non può vedere più nulla di ciò che sta fuori dall'acqua e sa soltanto di essere totalmente immerso nella profondità del mare. Questo è ciò che avviene a coloro che avanzano nella via dello Spirito ed entrano nella perfezione della conoscenza e della contemplazione.

- di Simone il Nuovo Teologo

Lettore: Quando si accosta all'orecchio una conchiglia essa echeggia di un rumore: l'eco del mugghio dell'oceano con cui è stata a contatto per secoli. Così il vero uomo di Dio, quando lo avvicini echeggia di tutto un mondo di contemplazione, di intimità di cui si è a lungo impregnato.

- di Giovanni Barra



PREGHIERA insieme

Mi sta a cuore
chi riconsacra la vita
per cancellare la nostra viltà,
chi fa un piccolo passo per volta
senza sapere la distanza,
chi mantiene gli occhi aperti
nella lunga attesa.

Mi sta a cuore
Il tuo soffrire per poter cambiare,
il tuo sforzo per riuscire a guarire,
il tuo smarrirti per arrivare a capire.

Mi sta a cuore
chi rimane mite oltre le lingue maligne,
lo scherno degli egoisti
e le consuetudini di ogni giorno.

Mi sta a cuore
chi è fedele al poco e al mistero,
a qualunque trama di vita
pazientemente tessuta. Amen.

SEQUELA



PAROLA: Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 21,1-14)

Dopo questi fatti, Gesù si manifestò di nuovo ai discepoli sul mare di Tiberiade. E si manifestò così: si trovavano insieme Simon Pietro, Tommaso detto Dìdimo, Natanaèle di Cana di Galilea, i figli di Zebedèo e altri due discepoli. Disse loro Simon Pietro: «Io vado a pescare». Gli dissero: «Veniamo anche noi con te». Allora uscirono e salirono sulla barca; ma in quella notte non presero nulla. Quando già era l'alba Gesù si presentò sulla riva, ma i discepoli non si erano accorti che era Gesù.

Gesù disse loro: «Figlioli, non avete nulla da mangiare?». Gli risposero: «No». Allora disse loro: «Gettate la rete dalla parte destra della barca e troverete».

La gettarono e non potevano più tirarla su per la gran quantità di pesci. Allora quel discepolo che Gesù amava disse a Pietro: «È il Signore!». Simon Pietro appena udì che era il Signore, si cinse ai fianchi il camiciotto, poiché era spogliato, e si gettò in mare. Gli altri discepoli invece vennero con la barca, trascinando la rete piena di pesci: infatti non erano lontani da terra se non un centinaio di metri. Appena scesi a terra, videro un fuoco di brace con del pesce sopra, e del pane. Disse loro Gesù: «Portate un pò del pesce che avete preso or ora». Allora Simon Pietro salì nella barca e trasse a terra la rete piena di centocinquantatré grossi pesci. E benché fossero tanti, la rete non si spezzò.

Gesù disse loro: «Venite a mangiare». E nessuno dei discepoli osava domandargli: «Chi sei?», poiché sapevano bene che era il Signore. Allora Gesù si avvicinò, prese il pane e lo diede a loro, e così pure il pesce. Questa era la terza volta che Gesù si manifestava ai discepoli, dopo essere risuscitato dai morti.



GESTO

Accendiamo un lumino attingendo ad un fuoco già preparato per noi... E' il Signore che riaccende speranza e fiducia dentro le fatiche della nostra vita.

Poniamo poi la luce dentro una rete da pesca: nell'ora della stanchezza non smarrirò la fiducia e la pazienza di ricominciare.

SALMO 119

RITORNELLO: **Laudate, omnes gentes, laudate Dominum.**

Beato chi è integro nella sua via
e cammina nella legge del Signore.
Beato chi custodisce i suoi insegnamenti
e lo cerca con tutto il cuore.
Non commette ingiustizie
e cammina nelle sue vie.

Ti loderò con cuore sincero,
quando avrò appreso i tuoi giusti giudizi.
Voglio osservare i tuoi decreti:
non abbandonarmi mai.
Come potrà un giovane tenere pura la sua via?
Osservando la tua parola.

Con tutto il cuore ti cerco:
non lasciarmi deviare dai tuoi comandi.
Ripongo nel cuore la tua promessa
per non peccare contro di te.
Benedetto sei tu, Signore,
insegnami i tuoi decreti.

Sii benevolo con il tuo servo e avrò vita,
osserverò la tua parola.
Aprimi gli occhi perché io consideri
le meraviglie della tua legge.
I tuoi insegnamenti sono la mia delizia:
sono essi i miei consiglieri.

Fammi conoscere la via dei tuoi precetti
e mediterò le tue meraviglie.
Io piango lacrime di tristezza;
fammi rialzare secondo la tua parola.
Insegnami, Signore, la via dei tuoi decreti

e la custodirò sino alla fine.

Dammi intelligenza,
perché io custodisca la tua legge
e la osservi con tutto il cuore.
La tua fedeltà di generazione in generazione;
hai fondato la terra ed essa è salda.
Per i tuoi giudizi tutto è stabile sino ad oggi,
perché ogni cosa è al tuo servizio.

Mai dimenticherò i tuoi precetti,
perché con essi tu mi fai vivere.
Io sono tuo: salvami,
perché ho ricercato i tuoi precetti.
Lampada per i miei passi è la tua Parola,
luce sul mio cammino.

SALVEZZA



PAROLA: Dal Vangelo secondo Marco (Mc 4,35-41)

In quel medesimo giorno, verso sera, disse loro: «Passiamo all'altra riva». E lasciata la folla, lo presero con sé, così com'era, nella barca. C'erano anche altre barche con lui.

Nel frattempo si sollevò una gran tempesta di vento e gettava le onde nella barca, tanto che ormai era piena. Egli se ne stava a poppa, sul cuscino, e dormiva. Allora lo svegliarono e gli dissero: «Maestro, non t'importa che moriamo?».

Destatosi, sgridò il vento e disse al mare: «Taci, calmati!». Il vento cessò e vi fu grande bonaccia. Poi disse loro: «Perché siete così paurosi? Non avete ancora fede?».

E furono presi da grande timore e si dicevano l'un l'altro: «Chi è dunque costui, al quale anche il vento e il mare obbediscono?».

L'ancora che serve a tenere ferma la nave quando giunge sulla terraferma, nel Nuovo testamento è simbolo della speranza nelle promesse di Dio e, grazie al mistero pasquale, si identifica con Gesù, che con la sua croce e risurrezione ha condotto i credenti nella terraferma della comunione con Dio. «In essa noi abbiamo come un'ancora della nostra vita, sicura e salda» ricorda la Lettera agli Ebrei.



GESTO

Ciascuno lega un nastrino ad una àncora, come segno del rimanere aggrappati a Colui che può sostenere la nostra vita.

Si riceve in dono un'immagine.



CANTO: IL CANTICO DEI REDENTI



UN BRANO DA LEGGERE

Ho sognato che camminavo in riva al mare con il Signore e rivedevo sullo schermo del cielo tutti i giorni della mia vita. E per ogni giorno trascorso apparivano sulla sabbia due orme: le mie e quelle del Signore.

Ma in alcuni tratti ho visto un sola orma, proprio nei giorni più difficili della mia vita. Allora ho detto: «Signore, io ho scelto di vivere con te e tu mi avevi promesso che saresti stato sempre con me. Perché mi hai lasciato solo proprio nei momenti difficili?».

E lui mi ha risposto: «Figlio, tu lo sai che ti amo e non ti ho abbandonato mai: i giorni nei quali c'è soltanto un'orma nella sabbia sono proprio quelli in cui ti ho portato in braccio».

ORAZIONE

Dio di amore, nel mare aperto della prova, della solitudine e nel dubbio, gli uomini ti cercano e desiderano il tuo volto. Noi ti preghiamo: tu che nel Figlio amato hai voluto vivere la nostra vita, accorda a tutti noi la tua consolazione e donaci di sentire la tua presenza. Per Cristo nostro Signore.

Amen.